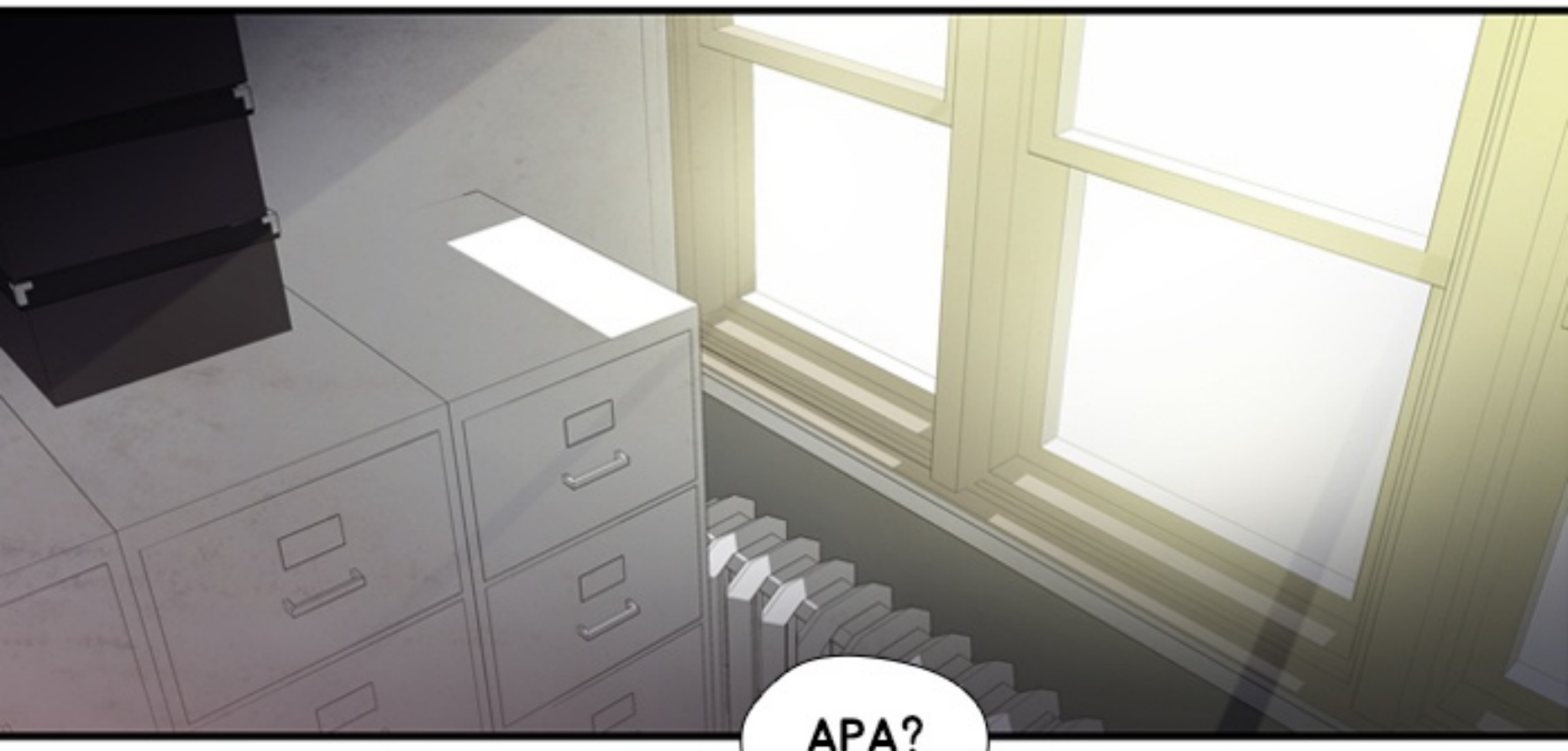

APA?
APA MAKSUDMU...?

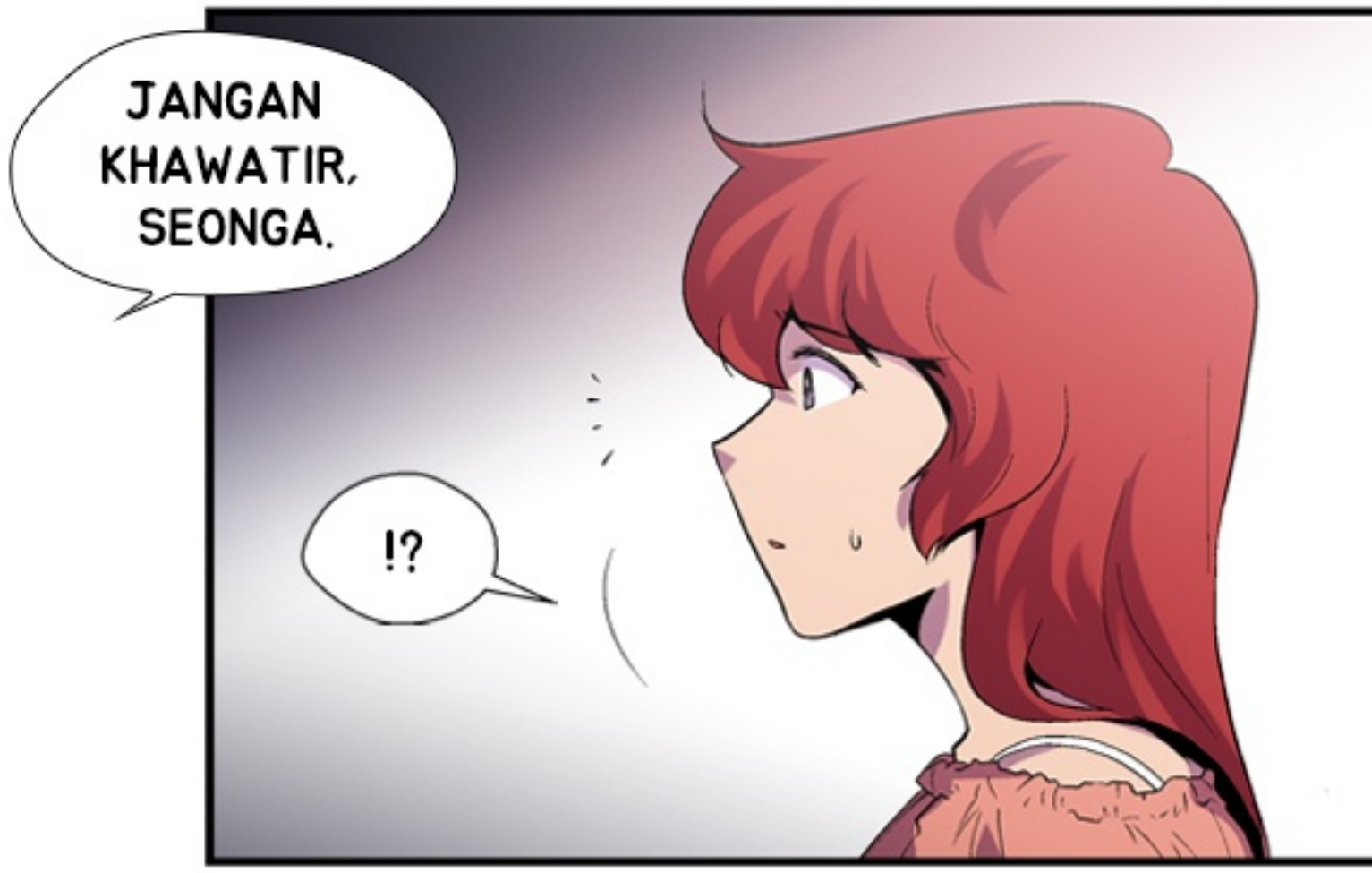
KAU INGIN HENTIKAN

KONSELINGNYA?

MAAFKAN AKU, YOOGUN.

AKULAH YANG MENYARANKANMU UNTUK MENJALANKAN TERAPI INI...

.....


JANGAN KHAWATIR, SEONGA.
!?

AKU AKAN TERUS MELAKUKAN SARANMU.
AKU CUMA BERSYUKUR KAU SUDAH MEMBANTUKU

SEBANYAK INI.

TERIMA KASIH SUDAH BERUPAYA KERAS MEMBANTUKU.

.....

PROFESSOR!!

APA MAKSUD ANDA?!

BIARKAN DIA SEDIKIT LAGI BERSAMAKU.

BAHKAN BILA TERAPINYA TAK BERJALAN LANCAR PUN...

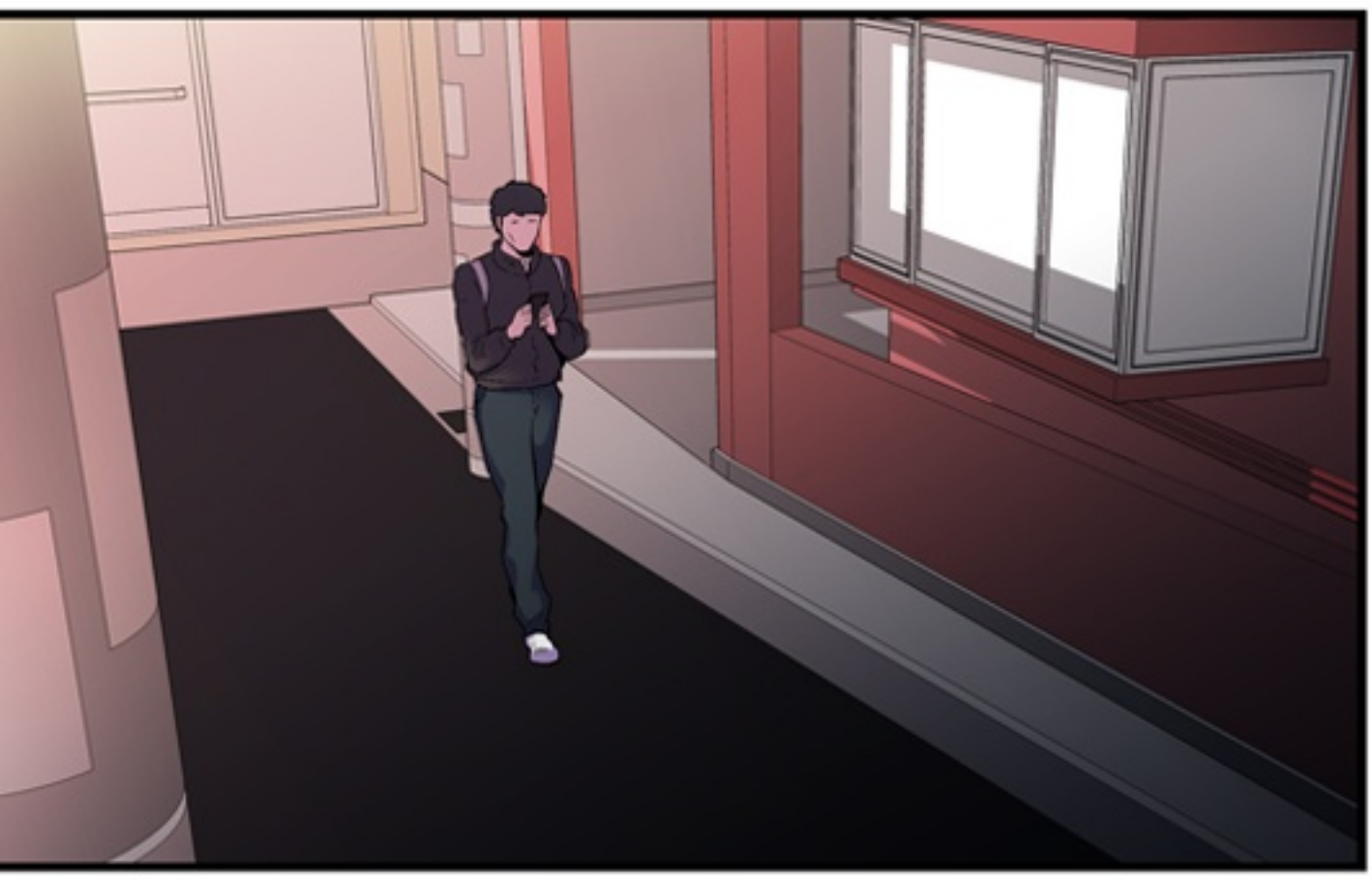
BUKANKAH SANG PASIEN LAH

YANG BERHAK UNTUK MENGHENTIKAN KONSELINGNYA?

.....

INI BUKAN KARENA TERAPINYA TIDAK EFEKTIF.

APA?!



PAK PROFESOR DARI PUSAT KONSELING...?
HALO, PAK.

AKULAH

AKULAH...

YANG MEMUTUSKAN UNTUK MENGHENTI-KAN TERAPINYA.

S-SUNGGUH-KAH?

TOH, GE-GEJALA INSOMNIAKU TAK JUGA MEMBAIK....

KENAPA

DIA BILANG BEGITU...?

APA KAU MERASA [LEGA]?

KAU SEBETULNYA TAK MAU
MENGOBATI GEJALA PENYAKITMU, BUKAN?

Karya JONGBEOM LEE

- INSOMNIA (5)

EH... APA?

KAU PIKIR KAU BOLEH MENGUCAPKAN KATA-KATA KASAR SEPERTI ITU CUMA KARENA KAU SEORANG PROFESOR?

APA KAU BICARA SEPERTI ITU PADA MAHASISWA YANG IKUT KONSELING?

PERUSAHAAN XX INDUSTRIES, OO ELECTRONICS...

KULIHAT KAU SEDANG MEMPERSIAPKAN DIRI UNTUK MELAMAR PEKERJAAN DI PERUSAHAAN BESAR DI KOREA.

MEMANGNYA ITU KENAPA?

BUKANKAH ITU HAL

NORMAL BAGI MAHASISWA UNIVERSITAS YONGGANG?

APA ADA YANG SALAH, PROFESOR?

[PERUSAHAAN BESAR] SETELAH [UNIVERSITAS BERGENGSI]...

ORANGTUAMU

PASTI BERHARAP BANYAK DARIMU.

BUKAN KARENA TERAPINYA TAK BERHASIL?

LALU MENGAPA ANDA MENYURUHKU UNTUK MENGHENTIKAN KONSELINGNYA, PROFESOR?

KAU SUDAH DENGAR SENDIRI.

KENYATAAN BAHWA DIA JATUH SAKIT DI HARI UJIAN.

MENUNJUKKAN BAHWA ADA KEMUNGKINAN ITU [SOMATISASI].

[SOMATISASI]

PIKIRAN MANUSIA DAN TUBUH SALING MEMPENGARUHI DENGAN CARA YANG SANGAT RUMIT.

TAK ANEH MENEMUI ORANG-ORANG DENGAN PENYAKIT FISIK BERKEPANJANGAN YANG LALU MENGIDAP DEPRESI,

DAN ADA BEGITU BANYAK KASUS SAAT

ORANG-ORANG MENGIDAP MASALAH FISIK ATAU RASA SAKIT DI TUBUH MEREKA KARENA SEBAB PSIKOLOGIS, MESKI TAK ADA PENYEBAB MEDISNYA.

[SOMATISASI] MERUJUK PADA KONDISI SESEORANG YANG MENGALAMI MASALAH FISIK DAN MENGELUHKAN RASA SAKIT AKIBAT KECEMASAN, TEKANAN, KEGELISAHAN ATAU BERBAGAI ALASAN KEJIWAAN YANG LEBIH KOMPLEKS.

MESKI TAK ADA MASALAH FISIK YANG MUNCUL SAAT DIPERIKSA SECARA MEDIS.

IRRITABLE BOWEL SYNDROME (IBS) ADALAH CONTOH UMUM DARI SOMATISASI.

KA-KALAU BEGITU, DIA MAKIN MEMBUTUHKAN KONSELING, BUKAN?

BUKAN?

MENGUBAH DIAGNOSANYA TAKKAN JADI SESULIT ITU...

KEDUA ORANGTUAMU ADALAH DARI KALANGAN ELIT. KAKAK-KAKAKMU JUGA BEKERJA DI KORPORASI BESAR.

KAU MENDAPAT TEKANAN UNTUK MASUK KE KAMPUS BERGENGSI SEPERTI UNIVERSITAS YONGGANG.

JUGA TEKANAN UNTUK MENDAPATKAN PEKERJAAN DI PERUSAHAAN TOP.

TAPI MESKI KAU

MENGINGINKANNYA, KAU BELUM BISA MENDAPAT-KAN PEKERJAAN.

SAAT DIHADAP-KAN DENGAN TEKANAN INI

ADA ORANG-ORANG YANG AKAN MENGGUNAKAN GEJALA YANG MEREKA IDAP SEBAGAI ALASAN UNTUK MENGHINDARI BEBAN KENYATAAN.

K-KALAU BEGITU, MAKSUDMU...

AKU BERBOHONG TENTANG INSOMNIA-KU!?!?

TIDAK. INSOMNIA-MU KEMUNGKINAN NYATA.

KEMUNGKINAN ITU GANGGUAN TIDUR [SUNGGUHAN] YANG DISEBABKAN OLEH STRES YANG KOMPLEKS.

YANG TERPENTING ADALAH, KEADAAN PSIKOLOGIS DARI SEBERAPA BESAR SOMATISASI YANG MEREKA ALAMI.

DENGAN KATA LAIN, ITU TEKANAN DI PIKIRAN MEREKA.

INSOMNIANYA SENDIRI KEMUNGKINAN MENYAKITKAN.

TAPI ITU MASIH LEBIH RINGAN KETIMBANG TEKANAN ATAS MEMENUHI HARAPAN ORANG-ORANG DI SEKITARMU. BENAR BUKAN?

BUKANKAH KAU TELAH MENGGUNAKAN INSOMNIA MENDADAK DAN DEPRESIMU ITU

SEBAGAI SEJENIS SENJATA UNTUK MENGENDALIKAN ORANG-ORANG DI SEKITARMU SESUAI KEINGINANMU?

WUUUUSH

SAAT PENDERITAAN KEJIWAAN MENUNJUKKAN DIRINYA KELUAR,

KITA MENYEBUTNYA SEBUAH [GEJALA].

ADA BANYAK ORANG SELAIN DIRIMU

YANG HIDUP KETERGANTUNGAN DENGAN GEJALA SEPERTI ITU.

MUNGKIN JAUH DI LUBUK HATIMU.

KAU TAK INGIN DIOBATI. MUNGKIN KAU TAK INGIN SEMBUH.

KARENA ORANG DENGAN GEJALA SEPERTI ITU,

BIASANYA KEBAL DARI GANGGUAN ORANG-ORANG DI SEKITAR MEREKA.

.....

KEMBALILAH KE PUSAT KONSELING.

SAAT KAU SUNGGUH INGIN LEBIH SEHAT.

BERSAMBUNG

JONGBEOM LEE

PENASIHAT AHLI:
[HYEONGSEOK SONG]

(MENYANDANG GELAR PHD UNTUK ILMU PSIKOLOGI,
KEPALA KLINIK "HEART TO HEART")

[DASIM NU]
(KEPALA "ACADEMY PSIKOLOGI DASIM NU,"
PENULIS ARTIKEL PSIKOLOGI)

[GYEONGBO SEO]
(PENGAJAR DI UNIVERSITAS YONSEI,
FAKULTAS PSIKOLOGI - S1) ET AL.